Digitized by Khilafat Library Rabwah

احمدی احباب کی تعلیم و تربیت کیلئے

روزنامہ

CPL 61

الفضل ربوہ

PH: 0092 4524 213029

ایڈیٹر: عبدالسّمیع خان

جمعرات 9- دسمبر 1999ء - 1420 ہجری- 9 فتح 1378 ھش جلد 49-84 نمبر280

سب سے افضل مہینہ

حضرت عبدالرحمان بن عوفؓ بیان کرتے ہیں کہ آنحضرت ﷺ نے رمضان کا ذکر فرمایا اور اسے تمام مہینوں سے افضل قرار دیا اور فرمایا جو شخص رمضان میں حالت ایمان اور احتساب کے ساتھ عبادت کرتا ہے وہ گناہوں سے اس طرح نکل آتا ہے جیسے اس کی ماں نے اسے جنا تھا۔

(سنن نسائی کتاب الصیام باب من قام رمضان)

ارشادات عالیہ حضرت بانی سلسلہ احمدیہ

رمض سورج کی تپش کو کہتے ہیں رمضان میں چونکہ انسان اکل و شرب اور تمام جسمانی لذتوں پر صبر کرتا ہے دوسرے اللہ تعالیٰ کے احکام کے لئے ایک حرارت اور جوش پیدا کرتا ہے۔ روحانی اور جسمانی حرارت اور تپش مل کر رمضان ہوا۔ اہل لغت جو کہتے ہیں کہ گرمی کے مہینہ میں آیا۔ اس لئے رمضان کہلایا۔ میرے نزدیک یہ صحیح نہیں ہے۔ کیونکہ عرب کے لئے یہ خصوصیت نہیں ہو سکتی۔ روحانی رمض سے مراد روحانی ذوق و شوق اور حرارت دینی ہوتی ہے رمض اس حرارت کو بھی کہتے ہیں جس سے پتھر گرم ہو جاتے ہیں۔

(ملفوظات جلد اول ص136)

صوفیا نے لکھا ہے کہ یہ ماہ تنویر قلب کے لئے عمدہ مہینہ ہے۔ کثرت سے اس میں مکاشفات ہوتے ہیں صلوٰۃ تزکیہ نفس کرتی ہے اور صوم تجلی قلب کرتا ہے۔ تزکیہ نفس سے مراد یہ ہے کہ نفس امّارہ کی شہوات سے بُعد حاصل ہو جائے اور تجلی قلب سے مراد یہ ہے کہ کشف کا دروازہ اس پر کھلے کہ خدا کو دیکھ لے۔ پس انزل فیہ القرآن میں یہی اشارہ ہے اس میں کوئی شک و شبہ نہیں کہ روزہ کا اجر عظیم ہے۔ لیکن امراض اور اغراض اس نعمت سے انسان کو محروم رکھتے ہیں۔

مجھے یاد ہے کہ جوانی کے ایام میں میں نے ایک دفعہ خواب میں دیکھا کہ روزہ رکھنا سنت اہل بیت ہے (-) چنانچہ میں نے چھ ماہ تک روزے رکھے۔ اس اثنا میں میں نے دیکھا کہ انوار کے ستونوں کے ستون آسمان پر جا رہے ہیں یہ امر مشتبہ ہے کہ انوار کے ستون زمین سے آسمان پر جاتے تھے یا میرے قلب سے۔ لیکن یہ سب کچھ جوانی میں ہو سکتا تھا اور اگر اس وقت میں چاہتا تو چار سال تک روزہ رکھ سکتا تھا(-) خدا تعالیٰ کے احکام دو قسموں میں تقسیم ہیں ایک عبادات مالی دوسرے عبادات بدنی۔ عبادات مالی تو اسی کے لئے ہیں جس کے پاس مال ہو اور جن کے پاس نہیں وہ معذور ہیں۔ اور عبادات بدنی کو بھی انسان عالم جوانی میں ہی ادا کر سکتا ہے ورنہ 60 سال جب گزرے تو طرح طرح کے عوارضات لاحق ہوتے ہیں نزول الماء وغیرہ شروع ہو کر بینائی میں فرق آجاتا ہے (کسی نے) یہ ٹھیک کہا کہ پیری و صد عیب اور جو کچھ انسان جوانی میں کرلیتا ہے اسی کی برکت بڑھاپے میں بھی ہوتی ہے اور جس نے جوانی میں کچھ نہیں کیا اسے بڑھاپے میں بھی صدہا رنج برداشت کرنے پڑتے ہیں۔ ؎ موئے سفید از اجل آرد پیام۔ انسان کا یہ فرض ہونا چاہئے کہ حسب استطاعت خدا کے فرائض بجا لاوے روزہ کے بارہ میں خدا تعالیٰ فرماتا ہے (-) یعنی اگر تم روزہ رکھ بھی لیا کرو تو تمہارے واسطے بڑی خیر ہے۔

(ملفوظات جلد دوم ص561)

رمضان المبارک میں حضور ایدہ اللہ کا درس قرآن

امسال بھی رمضان کے بابرکت ایام میں سیدنا حضرت خلیفۃ المسیح الرابع ایدہ اللہ تعالیٰ بصرہ العزیز روزانہ (ماسوائے جمعہ) درس قرآن کریم دیں گے- جو ایم ٹی اے پر لائیو ٹیلی کاسٹ کیا جائے گا- درس کے اوقات روزانہ پاکستانی وقت کے مطابق شام

سوا چار بجے سے ساڑھے پانچ بجے

تک ہونگے- احباب کرام سے درخواست ہے کہ اس روحانی مائدہ سے بھرپور طور پر مستفید ہوں-

ہمارا کام اور اس کا تقاضا

○ "ہمارا کام بہت وسیع ہے اور یہ کام تقاضا کرتا ہے کہ ہم تحریک جدید کی مضبوطی کی طرف زیادہ توجہ کریں۔...... جس طرح ایک ماں اپنے آپ کو فاقہ رکھتی ہے لیکن اپنے بچہ کو فاقہ نہیں آنے دیتی اسی طرح تم بھی دین سے ماں جیسی محبت کرو خود فاقہ کرو دینی کاموں میں سستی نہ آنے دو" (ارشاد حضرت مصلح موعود)

نمایاں کامیابی

○ مکرم رانا مبارک احمد صاحب صدر حلقہ علامہ اقبال ٹاؤن لاہور تحریر کرتے ہیں۔

عزیزم طلحہ شاہد صاحب ابن مکرم شاہد محمود صاحب سینئر وائس پریذیڈنٹ حبیب بینک لاہور رہائش کامران بلاک علامہ اقبال ٹاؤن لاہور نے امسال گورنمنٹ کالج لاہور سے بی ایس سی انجینئر گروپ میں اللہ تعالیٰ کے فضل سے اول پوزیشن حاصل کی۔ 20- نومبر 1999ء کو کالج کی سالانہ کانووکیشن میں عزیزم طلحہ شاہد کو جناب گورنر پنجاب لیفٹیننٹ جنرل (ر) محمد صفدر صاحب نے گولڈ میڈل اور رول آف آنر سے نوازا- یاد رہے کہ گورنمنٹ کالج لاہور پنجاب کا پہلا ڈگری ایوارڈنگ کالج ہے۔ عزیزم طلحہ شاہد چوہدری حفیظ الدین صاحب ایڈووکیٹ ساہیوال (سابق اسیر راہ مولا) کے بھتیجے ہیں۔

احباب جماعت سے درخواست ہے کہ دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ عزیزم کو یہ اعزاز مبارک فرمائے۔ اور مزید نمایاں کامیابیوں کا پیش خیمہ بنائے۔ آمین ثم آمین)

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Digitized by Khilafat Library Rabwah

عظمت اور شان والا مہینہ

آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کا ایک پرمعارف خطاب

حضرت سلمان فارسیؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے شعبان کی آخری تاریخ کو ہم سے خطاب کرتے ہوئے فرمایا۔

اے لوگو! تم پر ایک بڑی عظمت (اور شان) والا مہینہ سایہ کرنے والا ہے۔ہاں! ایک برکتوں والا مہینہ جس میں ایک ایسی رات ہے جو (ثواب و فضیلت کے لحاظ سے) ہزار مہینوں سے بھی بہتر ہے۔اللہ تعالیٰ نے اس کے روزے فرض کئے ہیں اور اس کی رات کی عبادت کو نفل ٹھہرایا ہے۔اس مہینہ میں جو شخص کسی نفلی عبادت کے ذریعہ اللہ تعالیٰ کا قرب حاصل کرنے کی کوشش کرے تو اسے اس نفل کا ثواب عام دنوں میں فرض ادا کرنے کے برابر ملے گا۔اور جس نے اس مہینے میں ایک فرض ادا کیا اسے عام دنوں کے ستر فرض کے برابر ثواب ملے گا۔اور یہ مہینہ صبر کا (مہینہ) ہے۔اور صبر کا ثواب جنت ہے۔اور یہ ہمدردی و غمخواری کا مہینہ ہے اور ایسا مہینہ ہے جس میں مومن کا رزق بڑھایا جاتا ہے۔جو شخص اس مہینہ میں روزہ دار کی افطاری کرواتا ہے تو یہ عمل اس کے گناہوں کی معافی کا ذریعہ بن جاتا ہے اور اسے آگ سے آزاد کیا جاتا ہے۔اور اسے روزہ دار کے اجر کے برابر ثواب ملتا ہے۔بغیر اس کے کہ روزہ دار کے اجر میں کچھ کمی ہو۔(صحابہ کرامؓ بیان کرتے ہیں) ہم نے حضورؐ سے سوال کیا۔ہم میں سے ہر ایک کی اتنی توفیق نہیں کہ روزہ دار کی افطاری کا انتظام کر سکے تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔اللہ تعالیٰ افطاری کا یہ ثواب اس شخص کو بھی عطا کرتا ہے جو روزہ دار کو ایک گھونٹ دودھ میں پانی ملا کر دودھ کی کچی لسی یا کھجور سے یا پانی کے ایک گھونٹ سے ہی روزہ کھلوا دیتا ہے۔اور جو روزہ دار کو سیر کر کے پیٹ بھر کے کھلائے گا تو اللہ تعالیٰ اسے میرے حوض سے ایسا شربت پلائے گا کہ اسے کبھی پیاس نہیں لگے گی۔یہاں تک کہ وہ جنت میں داخل ہو گا۔

اور یہ ایسا مہینہ ہے جس کی ابتداء نزول رحمت ہے اور جس کا وسط مغفرت کا وقت ہے۔اور جس کا آخر کامل اجر پانے یعنی آگ سے آزادی کا زمانہ ہے۔

اور جو شخص اس مہینے میں اپنے مزدور یا خادم سے اس کے کام کا بوجھ ہلکا کرتا ہے اور کم خدمت لیتا ہے۔اللہ تعالیٰ اس شخص کو بھی بخش دے گا اور اسے آگ سے آزاد کر دے گا۔

(مشکوٰۃ کتاب الصوم)

احمدیہ ٹیلی ویژن کے پروگرام

پاکستانی وقت کے مطابق

جمعہ 10۔دسمبر 1999ء

5-00 a.m. تلاوت۔ درس الحدیث۔ خبریں۔
5-45 a.m. چلڈرنز کارنر۔ورکشاپ
6-05 a.m. لقاء مع العرب۔
7-05 a.m. اطفال کی حضور سے ملاقات۔
8-15 a.m. اردو کلاس۔
9-20 a.m. عربی سیکھئے۔
9-55 a.m. ہومیو پیتھی کلاس۔
11-05 a.m. تلاوت۔ درس الحدیث۔ خبریں۔
11-45 a.m. چلڈرنز کارنر۔ورکشاپ
12-10 p.m. کوئز۔تاریخ احمدیت۔
12-40 p.m. سرائیکی پروگرام۔خطبہ جمعہ۔
1-40 p.m. لقاء مع العرب۔
2-45 p.m. اردو کلاس۔
3-55 p.m. انڈونیشین سروس۔
4-15 p.m. بنگالی سروس۔
5-05 p.m. تلاوت۔ درس ملفوظات۔ خبریں۔
5-55 p.m. درود شریف۔
6-00 p.m. خطبہ جمعہ۔
7-00 p.m. ڈاکومنٹری۔سفر ہم نے کیا۔
7-25 p.m. ینگ لجنہ کی حضور سے ملاقات۔
8-25 p.m. خطبہ جمعہ۔(دوبارہ)
9-25 p.m. چلڈرنز کارنر۔کینیڈا کی پیشکش۔
10-00 p.m. جرمن سروس
11-05 p.m. تلاوت۔درس الحدیث۔

ہفتہ 11۔دسمبر 1999ء

12-40 a.m. لقاء مع العرب۔
1-40 a.m. بیلجیئن پروگرام۔چلڈرنز کلاس
2-10 a.m. روزہ رکھنا۔میزبان ڈاکٹر مجیب الحق خان صاحب
2-45 a.m. خطبہ جمعہ۔
3-55 a.m. مجلس عرفان۔
5-00 a.m. تلاوت۔ درس الحدیث۔ خبریں۔
5-40 a.m. چلڈرنز کارنر۔ایم ٹی اے کینیڈا کی پیشکش۔
6-15 a.m. لقاء مع العرب۔
7-15 a.m. ہفتہ وار جائزہ۔
7-25 a.m. خطبہ جمعہ (دوبارہ)
8-25 a.m. اردو کلاس
9-25 a.m. کمپیوٹر سب کے لئے
10-10 a.m. ملاقات ینگ لجنہ کے ساتھ۔
11-05 a.m. تلاوت۔ درس الحدیث۔ پریویو۔خبریں۔
12-00 p.m. چلڈرنز کارنر۔ایم ٹی اے کینیڈا کی پیشکش۔
12-35 p.m. ایم ٹی اے ماریشس۔ روزہ پر گفتگو۔
1-25 p.m. لقاء مع العرب۔
2-35 p.m. اردو کلاس۔
3-35 p.m. انڈونیشین سروس۔ رمضان کی برکات
4-15 p.m. درس القرآن لائیو
6-05 p.m. تلاوت۔خبریں۔ہفتہ وار جائزہ
6-55 p.m. بنگالی سروس۔
8-00 p.m. درس الحدیث۔
9-25 p.m. کوئز خطبات امام۔
9-55 p.m. جرمن سروس۔لجنہ کی گفتگو
11-05 p.m. تلاوت۔ درس الحدیث۔ ہفتہ وار جائزہ۔

اتوار 12۔دسمبر 1999ء

12-35 a.m. رمضان پروگرام۔
12-50 a.m. لقاء مع العرب۔
1-50 a.m. اسلامی اصول کی فلاسفی پیشکش منیر عدیلبی صاحب
2-15 a.m. درس القرآن۔(دوبارہ)
3-15 a.m. رمضان پروگرام۔
3-50 a.m. اطفال کی حضور سے ملاقات۔
5-00 a.m. تلاوت۔خبریں۔
5-40 a.m. کوئز۔خطبات امام۔
6-05 a.m. درس القرآن۔دوبارہ۔
7-20 a.m. کینیڈین ہورائزن۔ چلڈرنز کلاس۔ نسیم مہدی صاحب کے ساتھ۔
8-20 a.m. رمضان پروگرام۔
8-30 a.m. اردو کلاس۔
9-55 a.m. حضور کی اطفال سے ملاقات۔
11-05 a.m. تلاوت۔ سیرۃ النبی ﷺ۔ خبریں۔ہفتہ وار جائزہ۔
12-10 p.m. کوئز۔خطبات امام۔
12-30 p.m. مجلس سوال و جواب۔ازیو۔کے ہیلتھ فورم 98
1-25 p.m. لقاء مع العرب۔
2-35 p.m. اردو کلاس۔
3-35 p.m. انڈونیشین سروس۔
4-15 p.m. درس القرآن لائیو۔
6-00 p.m. تلاوت۔خبریں۔
6-40 p.m. خطبہ جمعہ (دوبارہ)
7-40 p.m. بنگالی سروس۔ رمضان کی برکات۔
8-10 p.m. فرنچ پروگرام۔
9-30 p.m. چلڈرنز کارنر
10-00 p.m. جرمن سروس۔
11-05 p.m. تلاوت۔ہفتہ وار جائزہ۔
11-25 p.m. اردو کلاس۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

پبلشر آغا سیف اللہ۔ پرنٹر قاضی منیر احمد۔ مطبع ضیاء الاسلام پریس۔ مقام اشاعت دارالنصر غربی چناب نگر (ربوہ) قیمت 2 روپے 50 پیسے

Digitized by Khilafat Library Rabwah

تبرکات

(الفضل 2-اپریل 58ء)

دوست رمضان کے عہد کو یاد رکھیں

یہ مہینہ اصلاح نفس کا خاص مہینہ ہے۔

حضرت صاحبزادہ مرزا بشیر احمد صاحب ایم اے

بعض گزشتہ سالوں میں یہ خاکسار احباب جماعت کی خدمت میں یہ تحریک کرتا رہا ہے۔ کہ حضرت مسیح موعود کے منشاء کے ماتحت دوستوں کو چاہئے کہ رمضان کے مہینہ میں اپنی کسی کمزوری کے متعلق دل میں خدا سے عہد کیا کریں۔ کہ وہ آئندہ اس کمزوری سے ہمیشہ مجتنب رہیں گے۔ حضرت مسیح موعود کا یہ ارشاد بڑی حکمت پر مبنی ہے۔ کیونکہ اول تو انسان کا فرض ہے کہ وہ ہمیشہ ہی اپنے نفس کا محاسبہ کرکے اپنی کمزوریوں کو دور کرنے کی کوشش کرتا رہے اور اپنی زندگی کے آخری لمحہ تک خدا سے قریب تر ہوتا جائے۔ اس کے علاوہ رمضان کا مہینہ اپنے خاص روحانی ماحول اور نماز روزہ اور نوافل اور تلاوت قرآن مجید اور ذکر الٰہی اور صدقہ و خیرات کی وجہ سے اس قسم کے محاسبہ اور ترک منہیات کے ساتھ مخصوص مناسبت رکھتا ہے اور اس مشہور مثال کے مطابق کہ لوہا اسی وقت اچھی طرح کوٹا جاسکتا ہے جب کہ وہ گرم اور نرم ہو۔ رمضان کے مہینہ کو اصلاح نفس کے ساتھ خاص جوڑ ہے۔ پس ہمارے بھائیوں اور بہنوں کو چاہئے کہ وہ موجودہ رمضان میں بھی اس زریں موقعہ سے فائدہ اٹھاتے ہوئے اپنی کمزوریوں کو دور کرنے کی کوشش کریں اور اپنی کسی خاص کمزوری کو سامنے رکھ کر دل میں خدا سے عہد کریں کہ وہ انشاء اللہ آئندہ ہمیشہ اس کمزوری سے الگ رہیں گے اور کبھی اس کے مرتکب نہیں ہوں گے اس عہد کو کسی پر ظاہر کرنے کی ضرورت نہیں بلکہ ظاہر کرنا عام حالات میں اس کی ستاری کے خلاف ہے۔ اس لئے صرف دل میں عہد کرنا کافی ہے مگر یہ عہد ایسا ہو کہ "جان جائے مگر بات نہ جائے۔" کا مصداق بن جائے۔ کیونکہ خدا کے ساتھ کئے ہوئے عہد کے متعلق قیامت کے دن پرسش ہوگی۔

اس عہد کے لئے ہر انسان اپنے نفس کے محاسبہ کے ذریعہ اپنے واسطے خود کسی مناسب کمزوری کا انتخاب کرسکتا ہے مگر بہتر ہوگا کہ ایسی کمزوری کو چنا جائے جو دوسروں کے لئے ٹھوکر یا خراب نمونہ کا موجب بن رہی ہو اور جماعت کی بدنامی کا باعث ہو۔ لیکن اگر یہ ممکن نہ ہو تو پھر خواہ کوئی کمزوری ہو جسے انسان اپنے حالات کے ماتحت جلد تر ترک کرنے کی طاقت رکھتا ہو۔ اس کے متعلق عہد کیا جاسکتا ہے۔ اور یاد رکھنا چاہئے کہ ایک کمزوری کا ترک کرنا اسی طرح دوسری کمزوریوں کو ترک کرنے کی طاقت پیدا کرتا ہے جس طرح ایک نیکی کا اختیار کرنا دوسری نیکیوں کا رستہ کھولتا ہے۔ ذیل میں مثال کے طور پر چند معروف کمزوریوں کا ذکر کیا جاتا ہے تا دوستوں کو انتخاب میں سہولت پیدا ہو۔

1۔ سب سے اول نمبر پر نماز میں سستی ہے

اور نماز میں سستی کے اندر باجماعت نماز میں کوتاہی۔ نماز کو صرف ٹھونگیں مار کر پڑھنا اور سنوار کر ادا نہ کرنا اور اس کی ظاہری اور باطنی شرائط سے غفلت برتنا سب شامل ہیں۔ حدیث میں آتا ہے کہ قیامت کے دن اعمال صالحہ میں سے سب سے پہلے نماز کے متعلق پرسش ہوگی۔ اور یہ بھی حدیث میں آتا ہے کہ نماز مومن کا معراج ہے جس میں نماز پڑھنے والا گویا خدا سے باتیں کرتا ہے پس نماز نہ پڑھنا یا نماز میں سستی کرنا بہت بڑا گناہ ہے۔

2۔ جماعتی چندوں میں سستی بھی بڑی کمزوریوں میں سے ہے جس میں شرح کے مطابق چندہ نہ دینا یا کسی مد میں تو چندہ دینا اور کسی میں غفلت اختیار کرنا وغیرہ شامل ہیں اس زمانہ میں جو (دعوت الی اللہ) کا مخصوص زمانہ ہے چندہ اول درجہ کی نیکیوں میں شامل ہے اور میرا تجربہ ہے کہ اس کی وجہ سے مال ہرگز گھٹتا نہیں بلکہ مال میں برکت پیدا ہوتی ہے۔ صدر انجمن احمدیہ کے چندے اور تحریک جدید کے چندے اور وصیت کا چندہ اور جلسہ سالانہ کا چندہ اور نئی وقف جدید کا چندہ وغیرہ سب نہایت اہم اور نہایت مبارک چندے ہیں اور لاریب یہ تمام چندے ینفقون میں شامل ہیں جس کے متعلق قرآن مجید نے اپنے شروع میں ہی بہت تاکید فرمائی ہے۔

3۔ لین دین اور تجارت میں بددیانتی کی بدی بھی اس زمانہ میں بہت بھیانک صورت اختیار کر گئی ہے جس کا نہ صرف انسان کے اخلاق پر بلکہ مجموعی نیک نامی پر بھی بھاری اثر پڑتا ہے اور آنحضرت ﷺ کا یہ ارشاد کہ من غش فلیس منّی۔ یعنی جو شخص دوسروں کے ساتھ دھوکا کرتا اور خیانت کا رویہ اختیار کرتا ہے اس کا میرے ساتھ کوئی تعلق نہیں۔ ہر سچے (احمدی) کو ڈرانے کے لئے کافی ہونا چاہئے۔ قرآن مجید نے بھی ایسے لوگوں کے لئے جو دھوکا کرتے ہیں اور دوسروں کا حق مارتے ہیں ویل یعنی ہلاکت کی تہدید فرمائی ہے۔ اسی طرح جھوٹ بولنے کی عادت اور سود خوری بھی اسی ذیل میں آتی ہے سود کے متعلق قرآن فرماتا ہے کہ سود لینے والا خدا تعالیٰ سے جنگ کرنے کے لئے تیار ہووے۔ اور جھوٹ تو گناہ کے انڈے پیدا کرنے کی مشین ہے۔

4۔ رشوت بھی کبیرہ گناہوں میں سے ہے۔ ہر احمدی کا دامن اس لعنت سے اس طرح پاک ہونا چاہئے۔ جس طرح دھوبی کے گھر سے واپس آیا ہوا کپڑا میل کچیل سے پاک ہوتا ہے۔ آنحضرت ﷺ نے فرمایا ہے۔ رشوت دینے والا اور رشوت لینے والا دونوں آگ میں ہیں۔ کیونکہ اس سے قوم کے اخلاق تباہ ہوتے ہیں۔ اور ملک ذلیل ہو جاتا ہے۔ میں یہ باتیں صرف مثال کے طور پر لکھ رہا ہوں ورنہ میں یقین رکھتا ہوں کہ خدا کے فضل سے احمدیہ جماعت کی بھاری اکثریت ان کمزوریوں سے پاک ہے۔

5۔ شراب نوشی بھی جسے ام الخبائث (یعنی تمام بدیوں کی ماں) کہا گیا ہے اس زمانہ میں عام ہو رہی ہے اور گو میں یقین رکھتا ہوں کہ احباب جماعت خدا کے فضل سے اس ناپاک عادت سے محفوظ ہیں لیکن آج کل یہ بدی نو تعلیم یافتہ طبقہ میں اور خصوصاً مغرب زدہ لوگوں میں ایسی عام ہو رہی ہے کہ میں ڈرتا ہوں کہ بعض خام طبع نوجوان اس کمزوری میں مبتلا نہ ہو جائیں۔ کہ خود تو شراب سے کنارہ کش رہیں لیکن اپنی دعوتوں میں دوسروں کو شراب پلا دیا کریں۔ حالانکہ یہ فعل بھی رسول پاک ﷺ کی ہدایات کے سراسر خلاف ہے۔ اسی طرح جوّا بھی شراب کی طرح بہت مخرب اخلاق بدی ہے قرآن مجید نے اسے شراب کے ذکر کے ساتھ ملا کر بیان کیا ہے آج کل تاش کے کھیل میں جوّا بازی یا گھوڑ دوڑ وغیرہ میں جوئے کی شرطیں لگانا عام ہو رہا ہے۔

6۔ بے پردگی کا مرض بھی آج کل عام ہے اور خصوصاً پاکستان بننے کے بعد یہ کمزوری بہت بڑھ گئی ہے اور فیشن کی اتباع میں اپنی بیویوں کو بے پردہ کرکے مردوں کی مجلسوں میں لانے اور بے حجابانہ کھلے پھرانے اور قرآنی ارشاد لایبدین زینتھن کو پس پشت ڈالنے کا مرض وبا کی صورت اختیار کر گیا ہے (دین) ہرگز یہ نہیں کہتا کہ عورتیں گھروں میں قید رہیں یا یہ کہ وہ تعلیم نہ پائیں یا یہ کہ وہ قومی زندگی میں حصہ نہ لیں۔ بلکہ وہ اس معاملہ میں صرف بعض دانشمندانہ حد بندیاں لگاتا ہے جو مردوں اور عورتوں دونوں کے اخلاق کی حفاظت کے لئے ضروری ہیں۔ پس ہمارے احمدی نوجوانوں کو عیسائیوں کی اندھی تقلید اور دوسرے لوگوں کی نقالی سے بچتے ہوئے اس معاملہ میں بہت محتاط رہنا چاہئے۔ اسلام کے ابتدائی زمانہ میں مسلمان عورتیں مسنون پردہ بھی کرتی تھیں اور قومی زندگی میں حصہ بھی لیتی تھیں۔ اور بعض عورتوں نے بڑی نمایاں خدمات انجام دی ہیں۔ میں احمدیت کی غیور بیٹیوں سے بھی امید رکھتا ہوں کہ وہ اس معاملہ میں اپنے خاوندوں اور باپوں پر اچھا اثر ڈالیں گی۔

7۔ (دین) بے شک انسان کی ذاتی اور خاندانی اور قومی ضرورتوں کے ماتحت تعدد ازدواج کی اجازت دیتا ہے مگر ساتھ ہی سخت تاکید فرماتا ہے کہ جو شخص دوسری شادی کرے اس کے لئے ضروری ہے کہ پورے پورے عدل و انصاف سے کام لے۔ اور سب بیویوں کے درمیان اپنے وقت اور مال اور اپنی ظاہری توجہ کو اس طرح بانٹے کہ انصاف کا ترازو بالکل برابر رہے مگر آج کل بعض لوگ دوسری شادی کے بعد پہلی بیوی کو کالمعلقہ یعنی لٹکا ہوا چھوڑ دیتے ہیں۔ جو نہ تو صحیح معنے میں خاوند کی بیوی سمجھی جاسکتی ہے اور نہ وہ اپنے لئے کوئی اور راستہ اختیار کرنے کے لئے آزاد ہوتی ہے۔ حدیث میں آتا ہے کہ ایسے لوگ حشر کے میدان میں اس طرح اٹھیں گے کہ ان کا نصف دھڑ مفلوج ہوگا۔

8۔ ماں باپ کی خدمت میں غفلت برتنا بھی اس زمانہ کی ایک عام کمزوری ہے۔ خصوصاً شادی کے بعد کئی نوجوان اپنے والدین کی خدمت بلکہ ان کے واجبی ادب تک میں کمزوری دکھانے لگتے ہیں۔ حالانکہ قرآن نے شرک کے بعد حقوق والدین کو دوسرے نمبر کا گناہ قرار دیا ہے۔ قرآن مجید نے کیا عجیب دعا سکھائی ہے۔ کہ اے خدا تو میرے ماں باپ پر اسی طرح رحم فرما۔ جس طرح کہ انہوں نے میرے بچپن میں مجھے رحم اور شفقت کے ساتھ پالا۔ اس دعا میں یہ لطیف اشارہ ہے کہ جس طرح تمہارے ماں باپ نے تمہیں تمہاری کمزوری کے زمانہ میں اپنے پروں کے نیچے رکھ کر پالا تھا اسی طرح ان کے بڑھاپے میں تم انہیں اپنے پروں کے نیچے رکھو۔

9۔ مردوں کے لئے یہ خاص حکم ہے کہ وہ اپنی بیویوں کے ساتھ بہت اچھا سلوک کریں۔ آنحضرت ﷺ فرماتے ہیں۔ خیرکم خیرکم لاھلہ۔ یعنی تم میں سے خدا کے نزدیک بہترین شخص وہ ہے جو اپنی بیوی کے ساتھ سلوک کرنے میں بہتر ہے۔ اور عورتوں کے لئے یہ حکم ہے کہ وہ اپنے خاوندوں کی پوری وفادار اور خدمت گذار رہیں۔ حتیٰ کہ آنحضرت ﷺ فرماتے ہیں کہ اگر خدا کے سوا کسی اور کو سجدہ کرنا جائز ہوتا تو میں حکم دیتا کہ بیوی خاوند کو سجدہ کرے۔ یہ معمولی باتیں نہیں۔ بلکہ سماجی بہبود اور خانگی امن کے لئے گویا ریڑھ کی ہڈی ہیں۔

10۔ ہمسایوں کے ساتھ حسن سلوک کا بھی دین میں خاص حکم ہے آنحضرت ﷺ فرماتے ہیں کہ مجھے جبریل علیہ السلام نے ہمسایوں کے ساتھ اچھا سلوک کرنے کی اس طرح بار بار تاکید کی ہے کہ مجھے گمان گزرا کہ شاید ہمسایہ کو

Digitized by Khilafat Library Rabwah

انسان کا وارث ہی بنا دیا جائے گا۔ دراصل انسان کے اخلاق کا حقیقی ثبوت اس سلوک سے ملتا ہے جو وہ اپنے ہمسایوں کے ساتھ کرتا ہے اور لازماً ہمسایوں کے ساتھ بدسلوکی ایک بہت بڑی بدی ہے۔

11۔ جماعتی انتظام کے ماتحت اپنے مقامی امیروں کے ساتھ عدم تعاون اور تفرقہ پیدا کرنے کی عادت بھی بڑی ناپاک بدیوں میں سے ہے جو نہ صرف جماعتی تنظیم کو تباہ کرنے والی بلکہ جماعت کو بدنام کرنے والی اور جماعتی رعب کو مٹانے والی اور جماعت کو اتحاد کی برکتوں سے محروم کرنے والی ہے آنحضرت ﷺ نے اس کے متعلق تاکید فرمائی ہے۔ آپ بار ہا فرماتے تھے اگر تمہارے خیال میں تمہارا کوئی امیر اپنا حق تو تم سے چھینتا ہے مگر تمہارا حق تمہیں دینے کو تیار نہیں تو پھر بھی تم اس کی اطاعت کرو اور اپنے حق کے لئے خدا کی طرف دیکھو۔ نیز فرماتے تھے من شذّ شذّ فی النار یعنی جو شخص جماعت میں تفرقہ پیدا کرتا ہے وہ آگ میں ڈالا جائے گا۔

12۔ اس زمانہ میں تمباکو نوشی بھی ایک عالمگیر کمزوری بن گئی ہے اور غالباً ہماری جماعت میں بھی کافی پائی جاتی ہے۔ اس مرض میں منہ کی بدبو اور روپے کے نقصان اور وقت کے ضیاع اور سرطان یعنی کینسر وغیرہ کی امراض کو دعوت دینے کے سوا کوئی فائدہ نہیں۔ بعض کرسی نشین فلسفی اس سے طبیعت کا وقتی سکون حاصل ہونے کے مدعی بنتے ہیں۔ مگر حضرت مسیح موعود فرمایا کرتے تھے کہ مجھے اس چیز سے طبعی نفرت ہے اور فرماتے تھے کہ اگر تمباکو آنحضرت ﷺ کے زمانہ میں ہوتا تو مجھے یقین ہے کہ آپؐ اسے منع فرماتے۔ پس دوستوں کو اس کے ترک کی طرف بھی توجہ دینی چاہئے۔ لیکن اگر کسی شخص کے لئے لمبی عادت کی وجہ سے فوری ترک ممکن نہ ہو تو کم از کم اتنی احتیاط تو رکھی جائے کہ دوسروں کے سامنے تمباکو نوشی سے پرہیز کیا جائے۔ تاکہ ان کی یہ کمزوری اپنے تک محدود رہے اور ان کی اولاد یا دوسرے عزیزوں اور دوستوں میں سرایت نہ کرنے پائے۔

13۔ بالآخر اس زمانہ میں سینما دیکھنے کی عادت بھی ایک وبا کی صورت اختیار کر کے لاکھوں انسانوں کی زندگی کو تباہ کر رہی ہے۔ اور گندی اور فحش فلموں اور خلاف اخلاق مناظر کو دیکھنے کے نتیجہ میں ان کے دل و دماغ میں گویا گھن لگ گیا ہے۔ اور سینما کی ناپاک کشش نے خام طبیعت کے نوجوانوں کو مختلف انواع کے جرائم کی طرف بھی مائل کر رکھا ہے ہماری جماعت میں سینما جانا منع ہے۔ مگر سنا جاتا ہے کہ بعض بے اصول احمدی بھی کبھی کبھی اس کمزوری میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اگر کوئی خالصتہً علمی یا طبی یا تاریخی یا جغرافیائی یا جنگی فلم ہوتی جو الف سے لے کری تک گندے مناظر سے پاک ہوتی تو لوگ اس سے فائدہ اٹھا سکتے تھے۔ مگر موجودہ صورت میں جو فلمیں بظاہر اچھی سمجھی جاتی ہیں ان میں بھی دودھ کے گلاس میں چند قطرے پیشاب کے بھی ملے ہوتے ہیں۔ پس بہرحال ان سے اجتناب لازم ہے۔

یہ چند کمزوریاں میں نے صرف مثال کے طور پر شمار کی ہیں ورنہ کمزوریاں تو بے شمار ہیں۔ مثلاً بدنظری۔ غیبت۔ گالی گلوچ کی عادت۔ فحش گوئی فحش اور گندے رسالے پڑھنا۔ بیکاری میں وقت گذارنا وغیرہ وغیرہ ہر شخص اپنے حالات کا جائزہ لے کر اپنے متعلق خود فیصلہ کر سکتا ہے کہ اگر وہ ساری بدیاں نہیں چھوڑ سکتا۔ تو کم از کم اسے پہلے کسی بدی کو ترک کرنا چاہئے؟ پس میں حضرت مسیح موعود کے مبارک منشاء کے مطابق احباب جماعت سے اپیل کرتا ہوں کہ وہ اس رمضان میں اپنی کسی نہ کسی کمزوری کو سامنے رکھ کر اسے ترک کرنے کا عہد کریں اور پھر خدا سے نصرت چاہتے ہوئے اس بدی سے اس طرح الگ رہیں جس طرح کہ صاحب عزم مومنوں کا شیوہ ہوتا ہے تاکہ ان کا رمضان ٹھوس اور معین نتیجہ پیدا کرنے والا ثابت ہو۔ جیسا کہ میں نے کہا ہے۔ اس عہد کو کسی پر ظاہر کرنے کی ضرورت نہیں۔ کیونکہ ہمارا خدا ستار ہے اور ستاری کو پسند کرتا ہے مگر تفصیل ظاہر کرنے کے بغیر بزرگوں اور دوستوں سے دعا کی تحریک کرنے میں حرج نہیں کیونکہ مومن ایک دوسرے کے لئے سہارا ہوتے ہیں۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

قرارداد تعزیت

بروفات حضرت سیدہ مریم صدیقہ صاحبہ

از لجنہ اماء اللہ پاکستان

آج سے اکیاسی برس قبل حضرت مسیح موعود کے برادر نسبتی حضرت ڈاکٹر میر محمد اسماعیل صاحب کو اللہ تعالیٰ نے دختر نیک اختر عطا فرمائی جس کا نام ایک نہایت پاکیزہ اور متقی خاتون حضرت مریم کے نام نامی پر رکھا گیا۔ یہ ایک نہایت بابرکت اور نیک فال تھی اس لئے کہ یہ بچی جس کا نام مریم صدیقہ رکھا گیا ایک منور شمع ثابت ہوئی جس کی ضیاپاشی نے مسلسل 55 برس تک خواتین احمدیت کے کردار اور عمل کو ایک نئی روشنی سے آشنا کیا اور انہیں ایک متحرک اور فعال انجمن بنا دیا۔

پاکیزہ ماحول میں پلنے والی یہ بچی جس کے والد محترم نے

الٰہی مجھے سیدھا رستہ دکھا دے
مری زندگی پاک وطیب بنا دے

جیسی پیاری نظم لکھ کر اس کے دل میں نیکی اور تقویٰ کا ایسا بیج بویا جو زمانے کی گردش کے ساتھ ساتھ بڑھتا اور نشوونما پاتا رہا۔ یہ شائد اس لئے کہ انہیں حضرت مصلح موعود جیسی عظیم المرتبت ہستی کا ہمسفر بننا تھا آپ کی زوجیت میں آکر یہ موتی بہت آبدار ہوتا چلا گیا اور جلد ہی اس تراشیدہ ہیرے کی چمک دمک سبھی کی نگاہوں کا مرکز بن گی۔ پسر موعود کی تربیت اور راہنمائی نے آپ کی فطری صلاحیت کو اور نمایاں کر دیا اور آپ نے خدا تعالیٰ اور رسول پاک ﷺ کی محبت کے ساتھ ساتھ دین کی خدمت کو اپنا شعار بنالیا۔ دین کی خدمت کو اپنی زندگی کا مقصد اولین بنا کر آپ نے تن، من، دھن کی بازی لگا دی اور اپنے شب و روز کا ہر لمحہ صنف نازک کی دینی صلاحیتوں کو ابھارنے میں گزار دیا۔

؎ صرف کر ڈالیں خدا کی راہ میں سب طاقتیں

اپنے دور صدارت میں بلاشک و شبہ آپ نے ہزاروں خواتین اور بچیوں کو دینی خدمات کے لئے تیار کیا اور محنت، لگن اور سلیقے سے کام کرنے کے انداز سکھائے۔ آپ کے ساتھ کام کرنا ایک سعادت عظمیٰ تھی۔ وہ خواتین اور لڑکیاں آج اس بات کی گواہ ہیں کہ دینی خدمت کا جذبہ پیدا کرنے اور فطری نیک صلاحیتوں کو ابھارنے میں حضرت سیدہ کا ہی نمایاں ہاتھ تھا۔

15 سال تک آپ کو بطور جنرل سیکرٹری لجنہ اماء اللہ مرکزیہ کام کرنے کا موقع ملا تو آپ نے اس عظیم ذمہ داری کو باحسن نبھایا۔ بعد ازاں آپ کے 39 سالہ دور صدارت نے تنظیم لجنہ میں ایک نئی روح پھونک دی اور لجنہ اماء اللہ بین الاقوامی حیثیت سے ایک فعال انجمن بن گئی۔ آپ نے نہ صرف پاکستان میں بلکہ بیرون پاکستان بھی دورے کئے اور خواتین کی دینی و دنیاوی ترقی اور فلاح و بہبود کے کام سرانجام دینے کے لئے ہر ممکن کوشش کی۔

آپ کی لجنہ اماء اللہ کی بے شمار خدمات ایسی ہیں کہ ہر ایک پر ایک ضخیم دفتر لکھا جا سکتا ہے چند ایک کا ذکر بطور نمونہ اس طرح سے ہے۔

○ لجنہ اماء اللہ کی تنظیم کو تمام دنیائے احمدیت میں فعال اور مستعد بنانے کے لئے بے شمار شاندار تقاریر فرمائیں اور ہدایات سے نوازا۔
○ احمدی خواتین کی فلاح و بہبود کے لئے انڈسٹریل سکول کا قیام بھی آپ کے دور میں ہوا۔
○ فضل عمر جونیئر ماڈل سکول کا قیام بھی آپ ہی کا کارنامہ ہے۔
○ جامعہ نصرت کے قیام اور سائنسی تعلیم کے نفاذ کے سلسلہ میں حضرت مصلح موعود کی زیر ہدایت آپ نے بطور ڈائریکٹرس بڑی گراں قدر خدمات سرانجام دیں۔
○ دفتر لجنہ کی نئی عمارت کے سلسلہ میں انتھک مساعی فرمائی۔
○ اشاعت قرآن کے سلسلہ میں کئی لاکھ کی رقم آپ ہی کی تحریک اور نگرانی میں جمع کی گئی۔
○ ڈنمارک اور ہالینڈ کی بیوت الذکر کے لئے شب و روز کام کر کے اور بار بار تحریک کر کے احمدی خواتین کی طرف سے ایک خطیر رقم پیش فرمائی۔
○ تاریخ لجنہ کی تدوین اور اشاعت کا کارنامہ بھی سنہری حروف سے لکھنے کے قابل ہے۔
○ جلسہ سالانہ اور اجتماعات کا انتظام اور تقاریر کا انتخاب وغیرہ بھی سیدہ موصوفہ ہی کا مرہون منت ہے۔

غرضیکہ آپ کی خدمات جلیلہ کی ایک نہایت طویل فہرست مرتب ہو سکتی ہے۔

آپ کی صفات حسنہ اور اخلاق کریمانہ کا ذکر الفاظ میں مشکل ہے۔

آپ کی محبت، شفقت اور عظمت نہ صرف آپ کے ساتھ کام کرنے والیوں پر منکشف ہوئی بلکہ جہاں اور جب بھی آپ کو کسی نے ایک مرتبہ بھی دیکھا ہو گا وہ اس بات کا گواہ ہے۔ آپ کی ملاقات بقول شاعر کچھ یوں بھی بیان کی جا سکتی ہے۔

کھولا ہے در کسی نے حریم جمال کا
خوشبو کسی کی موج نسیم سحر میں ہے

زہد و تقویٰ اور آپ کے اخلاق عالیہ نے ایک عجیب دلکشی اور جمال آپ کی ذات میں پیدا کر دیا تھا کہ آپ کی ملاقات باعث تسکین روح و جان ہو جاتی تھی۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ مرحومہ کو اعلیٰ علیین میں جگہ دے بے حساب مغفرت سے نوازے اور آپ کی تمام نیکیوں کو قبول فرماتے ہوئے آپ کے درجات بلند سے بلند تر فرماتا چلا جائے آمین۔

ہم تمام ممبرات مجلس عاملہ پاکستان غمگین دلوں سے حضرت خلیفۃ المسیح الرابع ایدہ اللہ تعالیٰ کی خدمت میں دلی تعزیت پیش کرتی ہیں۔

نیز آپ کی صاحبزادی امۃ المتین بیگم صاحبہ اور دیگر صاحبزادیوں اور صاحبزادگان آپ کے نواسے اور نواسیوں، آپ کے بھائی بہنوں اور دیگر تمام افراد خاندان حضرت مسیح موعود اور تمام خواتین جماعت احمدیہ سے دلی تعزیت اور رنج و غم کا اظہار کرتی ہیں۔

خدا تعالیٰ آپ کو اپنے خاص مقام قرب سے نوازے۔ آمین اللہم آمین

تحریک جدید کا مقام

○ حضرت خلیفۃ المسیح الرابع ایدہ اللہ تعالیٰ نے فرمایا۔

تحریک جدید مالی قربانیوں میں ایک نمایاں امتیاز رکھتی ہے اور اس دور میں اس نے ایسی عظیم الشان مالی قربانیوں کی بنیاد ڈالی جو مزید مختلف شکلوں میں اس تحریک کے بطن سے پیدا ہوئیں اور ہو رہی ہیں اور ہوتی چلی جائیں گی جتنے چندے بڑھے ہیں یہ سب تحریک جدید کے بچے ہیں۔ جتنے چندے یورپ، امریکہ اور افریقہ اور دیگر جماعتوں میں اس وقت نظر آ رہے ہیں یہ سارے تحریک جدید کے چندوں کی برکتیں ہیں جیسا کہ میں نے بیان کیا ہے کہ یہ سارے فیوض تحریک جدید کے چندے ہی کے فیوض ہیں اور اس کو ضرور آگے بڑھانا چاہئے۔"

Digitized by Khilafat Library Rabwah

بشکریہ ٹائم 6- ستمبر 1999ء

ترجمہ مکرم ڈاکٹر وحید احمد صاحب

دل اور اس کی صحت کے معاملات

بیسیوں برس پہلے آپ کا اپنے دل کی صحت کا خیال رکھنا کوئی پیچیدہ معاملہ نہ سمجھا جاتا تھا۔ آپ کو صرف یہ کرنا تھا کہ متوازن غذا کا استعمال کریں۔ شراب نوشی سے بچے رہیں اور تھوڑی بہت ورزش کرلیں۔ چنانچہ ماضی کے ان راہنما اصولوں پر جو لوگ عمل پیرا رہتے وہ بیماریوں اور پیچیدگیوں سے بچے رہتے۔ لیکن جوں جوں وقت گزرتا گیا معاملات اتنے آسان نہ رہے اور اصول پیچیدہ سے پیچیدہ تر ہوتے چلے گئے۔ حتیٰ کہ پھر یہ دور بھی آگیا کہ طبی محققین کے بقول وہ لوگ جو اوپر دیئے گئے سادہ طبی اصولوں کو ہی سب کچھ سمجھے بیٹھے تھے غلطی خوردہ تھے۔ یعنی بقول محققین دل کے معاملے اتنے سادہ نہ رہے جتنے آسان سمجھ لئے گئے تھے۔ ان کے زیر استعمال "اچھی" غذا 'گوشت کریم انڈے اور مکھن میں سے 'کولیسٹرول نکل نکل کر ان کے جسم میں موجود شریانوں کو بالکل اسی طرح بند کرتا چلا جارہا تھا جیسا کہ ایک پائپ ریت اور پانی میں موجود گندگی اکٹھے ہو ہو کر بند کر رہے ہوتے ہیں بہت سے لوگ نہیں جانتے کہ نمک کا زیادہ استعمال ایک زہر کی مانند ہو سکتا ہے زیادہ نمک ہائی بلڈ پریشر کا باعث بنتا ہے جو دل کے اوپر غیر صحت مند بوجھ کا باعث بن سکتا ہے۔ ضرورت سے زیادہ کھانا اور موٹاپا دونوں دل کی شریانوں کی تکلیف کا باعث بن سکتے ہیں۔ غذا میں سے جو جزو دل کی شریانوں کی تکلیف کا سب سے زیادہ باعث بنتا ہے وہ ہے چربی۔ عام طور پر چربی کی دو اقسام ہیں ایک سیر شدہ یا معمور چکنائی اور دوسری غیر سیر شدہ یا غیر معمور چکنائی۔ معمور چکنائی میں اس قسم کی چربی شامل ہے جو کہ کمرہ کے درجہ حرارت پر جم کر ٹھوس بن جاتی ہے اس کی سب سے اہم مثال وہ چربی ہے جو کہ دودھ میں پائی جاتی ہے۔ چنانچہ ان میں مکھن' سخت ٹھوس مارجرین' ڈبے میں بند پنیر۔ گھی' ملائی اور ناریل کا تیل شامل ہیں انڈے گائے اور بکری کے گوشت میں بھی اسی قسم کی چربی پائی جاتی ہے۔ غیر سیر شدہ چکنائی میں وہ تمام چکنائیاں شامل ہیں جو کہ کمرہ کے درجہ حرارت پر مائع حالت میں ہی رہتی ہیں۔ ان میں زیادہ تر تیل شامل ہیں مثلاً روغن زیتون' مچھلی کا تیل' السی کا تیل' مکئی کا تیل سویابین کا تیل سورج مکھی کا تیل اور مونگ پھلی کا تیل۔ یہ بات قابل ذکر ہے کہ مچھلی میں بھی اسی قسم کی چکنائی یعنی غیر سیر شدہ چکنائی ہی پائی جاتی ہے۔ ان چربیوں کا ایک اہم جزو کولیسٹرول بھی ہے۔ کولیسٹرول وہ چربی ہے جو کہ زیادہ تر حیوانی چربی یعنی گوشت۔ انڈے' مرغی اور دودھ میں پائی جاتی ہے۔ کولیسٹرول سے چل کر خون کے اندر جو مرکبات بنتے ہیں وہ سخت موٹے ذرات کی شکل اختیار کرکے خون کی نالیوں کے اندر جمنا شروع ہو جاتے ہیں اور آہستہ آہستہ انہیں اندر سے تنگ اور بند کرتے جاتے ہیں چنانچہ ان کے اندر دوران خون کم سے کم تر ہونے لگتا ہے چنانچہ خون کی نالیوں میں ایک جما ہوا مادہ جسے ہم CLOT کہتے ہیں رک کر کھڑا ہو جاتا ہے اور ایک وقت آتا ہے کہ دوران خون کو مکمل طور پر روک دیتا ہے۔ جب یہ سارا عمل دل کی اپنی خون کی رگوں یا Coronaries میں ہوتا ہے تو اس وقت کہتے ہیں کہ دل کا اٹیک ہو گیا ہے۔

چنانچہ خون کو گاڑھا ہونے سے بچانے کے لئے مناسب ہے کہ مرغن غذاؤں میں کمی کردی جائے حیوانی چربی کا استعمال کم سے کم ہو۔ البتہ چونکہ مچھلی اور مرغی کے گوشت میں حیوانی چربی نسبتاً کم مقدار میں ہوتی ہے۔ للذا یہ گوشت ایک حد کے اندر رہ کر استعمال میں آسکتے ہیں۔ جسم اور خون کے اندر موجود کولیسٹرول ایک پیچیدہ نظام کی حامل چربی کا جزو ہے۔ بعض لوگوں کا کولیسٹرول خواہ وہ کچھ بھی کھالیں زیادہ ہی رہتا ہے۔ اور بہت سے دل کے مریضوں کا کولیسٹرول نارمل دیکھا گیا ہے۔ یہ ضروری نہیں ہے کہ جتنا کولیسٹرول آپ کھالیتے ہوں وہ سارے کا سارا خون میں جاکر اکٹھا ہو جاتا ہو یا یہ کہ صرف اسی قدر کولیسٹرول خون میں نمودار ہو جتنا کہ آپ نے کھایا ہو۔ جسم کے اندر بھی کولیسٹرول بنتا رہتا ہے اور بعض موروثی وجوہات کی بنیاد پر بعض لوگوں کے جسم اس قابل نہیں ہوتے کہ وہ جسم کے اندر جمع ہونے والے زائد کولیسٹرول سے نجات پاسکتے ہوں۔ محققین نے واضح طور پر یہ معلوم کرلیا ہے کہ کولیسٹرول خون کے اندر دو طرح کے مرکبات کی صورت میں نظر آتا ہے۔ پہلے کو LDL کہتے ہیں۔ یہ کم کثیف چربی کی صورت میں ہوتا ہے اور یہی قسم دل کے لئے زیادہ خطرات پیدا کرنے والی ہوتی ہے دوسری کو HDL کہتے ہیں جو کہ زیادہ کثیف چربی کی صورت ہے۔ اور یہ دوسری قسم خون کی نالیوں کو نقصان پہنچانے کی بجائے انہیں اندر سے صاف کرنے کی اہلیت رکھتی ہے۔ خون کے اندر چربی کی ایک تیسری قسم بھی موجود ہے جسے Triglyceride کہتے ہیں۔ اس کا کردار بھی نقصان پہنچانے والی LDL کی طرح ہی ہوتا ہے۔

چنانچہ اوپر دی گئی چربی کی اقسام کے پیش نظر ڈاکٹروں نے ایسی غذاؤں اور کاموں کی طرف توجہ دلانی شروع کی جو کہ LDL کو خون کے اندر سے کم سے کم کرسکیں مثلاً کم گوشت۔ کم انڈے اور کم مکھن کھانا اور اپنی غذا میں مچھلی اور زیتون کے تیل کو شامل کرنا۔ ان اقدامات سے خون کے اندر HDL کو بڑھانے میں مدد مل سکتی ہے۔ ان مقاصد کے حصول میں وزن کا کم کرنا اور ورزش کرنا سودمند ہو سکتا ہے۔ یاد رکھیے کہ یہ بھی ایک غلط مفروضہ ہے کہ چربی کے استعمال سے کلی طور پر بچ کر رہا جائے۔ جسم کو چربی کی بہرحال ضرورت ہے۔ جسم کے لئے ضروری حیاتین وٹامن اے اور ڈی صرف چربی کی موجودگی میں ہی ہضم ہو کر خون میں داخل ہو سکتے ہیں وگرنہ نہیں۔

دیکھا گیا ہے کہ بحیرہ روم کے آس پاس رہنے والے لوگ جو کہ حیوانی چربی کا بہت کم استعمال کرتے ہیں ان میں دل کی بیماریاں بہت کم ہوتی ہیں۔

برسوں سے محققین جان چکے ہیں کہ خون کے دباؤ کی زیادتی دل اور اس کے نظام کے لئے ایک خطرے کا باعث بننے والا امر ہے۔ ڈاکٹروں کا یہ خیال ہے کہ ہائی بلڈ پریشر خون کی نالیوں پر اس قدر دباؤ ڈال سکتا ہے کہ وہ یا تو پھٹ سکتی ہیں یا چیری جاسکتی ہیں یا اندر سے اس قدر کمزور یا پتلی ہو سکتی ہیں کہ ان کے اندر چربی کے اجزاء اکٹھے ہو کر جم سکتے ہیں۔ ہائی بلڈ پریشر سے خون کی باریک نالیاں پھٹ بھی سکتی ہیں۔ اگر یہ خون کی نالی کے پھٹنے کا عمل دماغ کے اندر ہو جائے تو اسے Stroke کہتے ہیں۔ سٹروک دل اور دوران خون کے نظام کی بیماریوں میں دل کے دورہ کے بعد دوسری بڑی بیماری یا حادثہ ہے۔

باقی صفحہ 6 پر

رپورٹ۔ بلاغ احمد صاحب

جماعت احمدیہ فرانس کا آٹھواں جلسہ سالانہ

بفضل تعالیٰ جماعت ہائے احمدیہ فرانس کا آٹھواں جلسہ سالانہ مورخہ 29'30'31۔ اکتوبر 1999ء بروز جمعہ' ہفتہ اور اتوار بیت الذکر سین میں منعقد کرنے کی سعادت حاصل ہوئی۔

یوں تو سال کے اوائل میں تیار ہونے والے جماعتی کیلنڈر میں نیشنل عاملہ جماعت احمدیہ فرانس نے جلسہ سالانہ کی تواریخ جولائی کے مہینہ میں مقرر کی تھیں مگر جماعت کی یہ کوشش تھی کہ اللہ تعالیٰ ہمیں کوئی بڑی جگہ عطا فرمائے جہاں پر پہلے سے زیادہ اعلیٰ انتظامات کے ساتھ جلسہ سالانہ کا انعقاد کیا جاسکے۔ چونکہ اس سلسلہ میں پیرس ہی کے مضافات میں ایک جگہ کی وہاں کی کونسل سے بات چیت آخری مراحل میں تھی اس لئے جلسہ کی تواریخ کو آگے بڑھا دیا گیا۔ وہاں سے انکار کے بعد فوراً جلسہ سالانہ کی تاریخوں کا اعلان کردیا گیا اور یہ تاریخیں تقریباً پچھلے سال کے جلسہ سالانہ والی تھیں۔

حضور انور ایدہ اللہ کی خدمت میں یہ تواریخ بغرض منظوری اور دعا بھجوائی گئیں۔ حضور انور نے ازراہ شفقت منظوری عطا فرمائی اور مکرم نصیر احمد صاحب شاہد (مربی سلسلہ بلجیم) کو مرکزی نمائندہ کی حیثیت سے شرکت کرنے کا ارشاد فرمایا۔

جلسہ کی تیاری کے سلسلہ میں جلسہ گاہ کے لئے ایک بڑی مارکی اور ساتھ ضیافت کے لئے بھی اسی طرح کی مارکیز لگائی گئیں۔ اسی طرح کتابوں اور کیسٹس کا سٹال' رجسٹریشن آفس' تکہ کباب اور مٹھائی کے سٹال بھی لگائے گئے۔ جلسہ گاہ میں ڈائس کی عقبی دیوار کو خانہ کعبہ کے بڑے بڑے پورٹریٹ' منارۃ المسیح اور کلمہ طیبہ سے سجایا گیا۔

29۔ اکتوبر بروز جمعہ' نماز جمعہ کی ادائیگی اور وقفہ طعام کے بعد ساڑھے تین بجے بعد دوپہر جلسہ سالانہ کا باقاعدہ آغاز تقریب پرچم کشائی سے شروع ہوا۔ مکرم امیر صاحب نے فرانس کا قومی پرچم اور مکرم نصیر احمد صاحب شاہد (مربی سلسلہ بلجیم) نے بحیثیت مرکزی نمائندہ لوائے احمدیت لہرایا اور دعا کروائی۔

محترم امیر صاحب فرانس مکرم اشفاق ربانی صاحب نے اپنی افتتاحی تقریر میں صداقت حضرت مسیح موعود پر روشنی ڈالی۔ انہوں نے یہ بھی واضح کیا کہ اگرچہ ہم ابھی تعداد میں تھوڑے ہیں لیکن اللہ کا فضل شامل حال ہوا تو صبر واستقلال اور عزم و ہمت کے ساتھ انشاء اللہ تعالیٰ فرانس کی جماعت یورپ کی جماعتوں میں آگے بڑھنے والی جماعت ہوگی۔

باقی دنوں میں دیگر مقررین نے بھی اردو اور فرانسیسی میں احباب جماعت کو روحانی غذا بہم پہنچائی۔ اللہ تعالیٰ کے فضل سے اردو میں کی جانے والی تمام تقاریر کا رواں فرانسیسی ترجمہ پیش کیا گیا۔ علاوہ ازیں تمام پیش کی جانے والی نظموں اور تلاوت قرآن پاک کا بھی فرانسیسی ترجمہ پیش کیا جاتا رہا۔

مکرم نصیر احمد صاحب شاہد (مربی سلسلہ بلجیم) مرکزی نمائندہ نے بھی بہت احسن رنگ میں اپنی تقاریر میں سیرت حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ اور سیرت حضرت مسیح موعود پر ان کی زندگی کے واقعات کی روشنی میں احباب پر دل گداز کیفیت طاری کردی اللہ تعالیٰ ان کو احسن جزاء دے آمین۔

سلسلہ عالیہ احمدیہ کی عالیشان روایات کے مطابق جلسہ سالانہ کے ایام کے دوران اجتماعی نماز تہجد' درس القرآن' باجماعت نمازوں کی ادائیگی' کثرت سے ذکر اللہ اور درود شریف اس جلسہ کا حصہ رہے۔ دوران جلسہ ایک مجلس سوال و جواب کا بھی انعقاد کیا گیا۔ جس میں مختلف قوموں سے تعلق رکھنے والے غیر از جماعت احباب نے بھی شرکت کی۔ جلسہ سالانہ کے آخری روز بیعت کے موقعہ پر اللہ تعالیٰ کے فضل سے دس افراد کو سلسلہ عالیہ احمدیہ میں شمولیت کی توفیق حاصل ہوئی۔ جلسہ سالانہ میں تقریباً چار سو پچیس (425) مردوزن نے شرکت کی جن کا تعلق دنیا کی تیئس (23) مختلف قوموں سے تھا۔

اختتامی تقریر میں مکرم امیر صاحب نے سورۃ النصر کی تلاوت کی اور دوران سال جماعت احمدیہ فرانس پر ہونے والے بے شمار افضال الٰہی کا اور پورے سال میں دعوت الی اللہ اور خدمت خلق کی مد میں ہونے والے کام اور مختلف روح پرور واقعات کا مختصر ذکر کیا۔ آخر پر دعا کے ساتھ جلسہ کی کارروائی اختتام پذیر ہوئی۔

(الفضل انٹرنیشنل 26 نومبر 99ء)

Digitized by Khilafat Library Rabwah

وصایا

ضروری نوٹ

مندرجہ ذیل وصایا مجلس کارپرداز کی منظوری سے قبل اس لئے شائع کی جارہی ہیں کہ اگر کسی شخص کو ان وصایا میں سے کسی کے متعلق کسی جہت سے کوئی اعتراض ہو تو دفتر بہشتی مقبرہ کو پندرہ یوم کے اندر اندر تحریری طور پر مطلع فرمائیں سے آگاہ فرمائیں۔

سیکرٹری مجلس کارپرداز ربوہ

مسل نمبر 32439 میں روبینہ ظفر زوجہ خواجہ مظفر احمد صاحب قوم..... پیشہ خانہ داری عمر 39 سال بیعت...... ساکن ماڈل ٹاؤن سیالکوٹ بقائمی ہوش و حواس بلاجبر واکراہ آج بتاریخ 99-4-22 میں وصیت کرتی ہوں کہ میری وفات پر میری کل متروکہ جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کے 1/10 حصہ کی مالک صدر انجمن احمدیہ پاکستان ربوہ ہوگی۔ اس وقت میری کل جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کی تفصیل حسب ذیل ہے جس کی موجودہ قیمت درج کردی گئی ہے۔ 1۔ سونا وزنی 30 تولہ مالیتی۔/150000 روپے۔ 2۔ پرائز بانڈ مالیتی۔/55000 روپے۔ 3۔ حق مہر بذمہ خاوند محترم۔/25000 روپے۔ کل جائیداد مالیتی۔/230000 روپے۔ اس وقت مجھے مبلغ۔/1500 روپے ماہوار بصورت جیب خرچ مل رہے ہیں۔ میں تازیست اپنی ماہوار آمد کا جو بھی ہوگی 1/10 حصہ داخل صدر انجمن احمدیہ کرتی رہوں گی۔ اور اگر اس کے بعد کوئی جائیداد یا آمد پیدا کروں تو اس کی اطلاع مجلس کارپرداز کو کرتی رہوں گی۔ اور اس پر بھی وصیت حاوی ہوگی۔ میری یہ وصیت تاریخ تحریر سے منظور فرمائی جائے۔ الامتہ روبینہ ظفر ماڈل ٹاؤن سیالکوٹ گواہ شد نمبر 1 خواجہ سرفراز احمد ایڈووکیٹ ماڈل ٹاؤن سیالکوٹ گواہ شد نمبر 2 خواجہ مظفر احمد ماڈل ٹاؤن سیالکوٹ۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

مسل نمبر 32440 میں رشیدہ حسن بیوہ سید حسن علی شاہ صاحب قوم آرائیں پیشہ خانہ داری عمر 65 سال بیعت پیدائشی احمدی ساکن ماڈل ٹاؤن سیالکوٹ بقائمی ہوش و حواس بلاجبر واکراہ آج بتاریخ 99-4-20 میں وصیت کرتی ہوں کہ میری وفات پر میری کل متروکہ جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کے 1/10 حصہ کی مالک صدر انجمن احمدیہ پاکستان ربوہ ہوگی۔ اس وقت میری کل جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کی تفصیل حسب ذیل ہے جس کی موجودہ قیمت درج کردی گئی ہے۔ 1۔ نقد بصورت پرائز بانڈ۔/50000 روپے۔ 2۔ زیور طلائی 5 تولہ مالیتی۔/25000 روپے۔ حق مہر........۔ اس وقت مجھے مبلغ۔/1500 روپے ماہوار بصورت جیب خرچ مل رہے ہیں۔ میں تازیست اپنی ماہوار آمد کا جو بھی ہوگی 1/10 حصہ داخل صدر انجمن احمدیہ کرتی رہوں گی۔ اور اگر اس کے بعد کوئی جائیداد یا آمد پیدا کروں تو اس کی اطلاع مجلس کارپرداز کو کرتی رہوں گی۔ اور اس پر بھی وصیت حاوی ہوگی۔ میری یہ وصیت تاریخ تحریر سے منظور فرمائی جائے۔ الامتہ رشیدہ حسن ماڈل ٹاؤن سیالکوٹ گواہ شد نمبر 1 خواجہ سرفراز احمد ایڈووکیٹ ماڈل ٹاؤن سیالکوٹ گواہ شد نمبر 2 عبدالستار چوہدری منزل نمبر 2 نورپورہ سیالکوٹ۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

مسل نمبر 32441 میں روا ستار بنت مکرم عبدالستار صاحب قوم راجپوت پیشہ طالب علمی عمر ساڑھے اٹھارہ سال بیعت پیدائشی احمدی ساکن نورپورہ سیالکوٹ بقائمی ہوش و حواس بلاجبر واکراہ آج بتاریخ 99-7-14 میں وصیت کرتی ہوں کہ میری وفات پر میری کل متروکہ جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کے 1/10 حصہ کی مالک صدر انجمن احمدیہ پاکستان ربوہ ہوگی۔ اس وقت میری کل جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کی تفصیل حسب ذیل ہے جس کی موجودہ قیمت درج کردی گئی ہے۔ 1۔ زیورات طلائی 2 تولہ مالیتی۔/10000 روپے۔ اور پرائز بانڈ مالیتی۔/500 روپے۔ کل جائیداد مالیتی۔/10500 روپے۔ اس وقت مجھے مبلغ۔/350 روپے ماہوار مل رہے ہیں۔ میں تازیست اپنی ماہوار آمد کا جو بھی ہوگی 1/10 حصہ داخل صدر انجمن احمدیہ کرتی رہوں گی۔ اور اگر اس کے بعد کوئی جائیداد یا آمد پیدا کروں تو اس کی اطلاع مجلس کارپرداز کو کرتی رہوں گی۔ اور اس پر بھی وصیت حاوی ہوگی۔ میری یہ وصیت تاریخ تحریر سے منظور فرمائی جائے۔ الامتہ روا ستار چوہدری منزل نمبر 2 خادم علی روڈ نورپورہ سیالکوٹ گواہ شد نمبر 1 عبدالستار ولد محمد اسماعیل صاحب نورپورہ سیالکوٹ گواہ شد نمبر 2 انیل احمد ولد محمد شفیع سرکلر روڈ سیالکوٹ

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

مسل نمبر 32442 میں محمد نصراللہ ولد محمد ظفراللہ طاہر صاحب قوم بھٹی پیشہ طالب علمی عمر 20 سال بیعت پیدائشی احمدی ساکن محلہ بھنڈراں گوجرانوالہ بقائمی ہوش و حواس بلاجبر واکراہ آج بتاریخ 99-7-10 میں وصیت کرتا ہوں کہ میری وفات پر میری کل متروکہ جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کے 1/10 حصہ کی مالک صدر انجمن احمدیہ پاکستان ربوہ ہوگی۔ اس وقت میری جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کوئی نہیں ہے۔ اس وقت مجھے مبلغ۔/100 روپے ماہوار بصورت جیب خرچ مل رہے ہیں۔ میں تازیست اپنی ماہوار آمد کا جو بھی ہوگی 1/10 حصہ داخل صدر انجمن احمدیہ کرتا رہوں گا۔ اور اگر اس کے بعد کوئی جائیداد یا آمد پیدا کروں تو اس کی اطلاع مجلس کارپرداز کو کرتا رہوں گا۔ اور اس پر بھی وصیت حاوی ہوگی۔ میری یہ وصیت تاریخ تحریر سے منظور فرمائی جائے۔ العبد محمد نصراللہ محلہ بھنڈراں اروپ گوجرانوالہ گواہ شد نمبر 1 مبارک احمد ظفر وصیت نمبر 17411 گواہ شد نمبر 2 محمد ظفراللہ طاہر والد موصی۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

مسل نمبر 32443 میں زیب النساء زوجہ خلیل احمد صاحب قوم بھنڈر پیشہ خانہ داری عمر 40 سال بیعت پیدائشی احمدی ساکن ترگڑی ضلع گوجرانوالہ بقائمی ہوش و حواس بلاجبر واکراہ آج بتاریخ 99-6-29 میں وصیت کرتی ہوں کہ میری وفات پر میری کل متروکہ جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کے 1/10 حصہ کی مالک صدر انجمن احمدیہ پاکستان ربوہ ہوگی۔ اس وقت میری کل جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کی تفصیل حسب ذیل ہے جس کی موجودہ قیمت درج کردی گئی ہے۔ 1۔ زیورات طلائی وزنی 10 تولہ 3 ماشہ مالیتی۔/51250 روپے۔ حق مہر وصول شدہ۔/15000 روپے۔ کل جائیداد مالیتی۔/66250 روپے۔ اس وقت مجھے مبلغ۔/500 روپے ماہوار بصورت جیب خرچ مل رہے ہیں۔ میں تازیست اپنی ماہوار آمد کا جو بھی ہوگی 1/10 حصہ داخل صدر انجمن احمدیہ کرتی رہوں گی۔ اور اگر اس کے بعد کوئی جائیداد یا آمد پیدا کروں تو اس کی اطلاع مجلس کارپرداز کو کرتی رہوں گی۔ اور اس پر بھی وصیت حاوی ہوگی۔ میری یہ وصیت تاریخ تحریر سے منظور فرمائی جائے۔ الامتہ زیب النساء ساکن ترگڑی ضلع گوجرانوالہ گواہ شد نمبر 1 مبارک احمد ظفر وصیت نمبر 17411 گواہ شد نمبر 2 عبدالمجید بھٹی وصیت نمبر 26482۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

مسل نمبر 32444 میں حاجی نذیر احمد جنجوعہ ولد محمد ابراہیم جنجوعہ قوم جنجوعہ پیشہ دکانداری عمر 40 سال بیعت پیدائشی احمدی ساکن ترگڑی ضلع گوجرانوالہ بقائمی ہوش و حواس بلاجبر واکراہ آج بتاریخ 99-7-20 میں وصیت کرتا ہوں کہ میری وفات پر میری کل متروکہ جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کے 1/10 حصہ کی مالک صدر انجمن احمدیہ پاکستان ربوہ ہوگی۔ اس وقت میری کل جائیداد منقولہ و غیر منقولہ کی تفصیل حسب ذیل ہے جس کی موجودہ قیمت درج کردی گئی ہے۔ مکان پختہ برقبہ 4 مرلہ مالیتی۔/150000 روپے۔ اس وقت مجھے مبلغ۔/1100 روپے ماہوار بصورت دکانداری مل رہے ہیں۔ میں تازیست اپنی ماہوار آمد کا جو بھی ہوگی 1/10 حصہ داخل صدر انجمن احمدیہ کرتا رہوں گا۔ اور اگر اس کے بعد کوئی جائیداد یا آمد پیدا کروں تو اس کی اطلاع مجلس کارپرداز کو کرتا رہوں گا۔ اور اس پر بھی وصیت حاوی ہوگی۔ میری یہ وصیت تاریخ تحریر سے منظور فرمائی جائے۔ العبد حاجی نذیر احمد جنجوعہ ساکن ترگڑی ضلع گوجرانوالہ گواہ شد نمبر 1 عبدالمجید بھٹی وصیت نمبر 26482 گواہ شد نمبر 2 مبارک احمد ظفر وصیت نمبر 17411۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

بقیہ صفحہ 5

ہائی بلڈ پریشر کو ادویات بڑی اچھی طرح سے کنٹرول کر سکتی ہیں۔ لیکن ڈاکٹروں کی رائے کے مطابق اس ضمن میں پہلی تدبیر کے طور پر جو بات سب سے زیادہ فائدہ مند ثابت ہو سکتی ہے تاکہ بلڈ پریشر زیادہ بڑھنے نہ پائے وہ نمک کے استعمال میں اعتدال پسندی ہے۔ لیکن یہ بات یاد رکھنے کی ہے کہ نمک کا کم استعمال ہائی بلڈ پریشر کے لوگوں کو فائدہ دیتا ہے تو یہ ان لوگوں کو بھی فائدہ پہنچاتا ہے جن کا بلڈ پریشر زیادہ نہیں ہوتا۔ کیونکہ ایسا کرنے سے وہ بھی بلڈ پریشر کی زیادتی کا شکار ہونے سے محفوظ رہیں گے۔

ورزش

جسمانی ورزش کے بارہ میں بھی ڈاکٹر ملے جلے خیالات کا اظہار کرتے ہیں۔ ویسے 1953ء سے لے کر اب تک کی تحقیق کے مطابق باقاعدگی سے ورزش کرنے والے دل کی تکالیف کا کم شکار رہے ہیں۔ ڈاکٹر اس کی وضاحت یوں کرتے ہیں کہ جس طرح ورزش کرنے پر جسم کے دیگر عضلات صحت مند ہوتے ہیں اور طاقت پکڑتے ہیں چونکہ دل بھی عضلات سے ہی بنا ہے چنانچہ ورزش سے وہ بھی زیادہ کام کرتا ہے اور طاقت پکڑتا ہے۔ دوسری وضاحت ڈاکٹر یہ کرتے ہیں کہ ورزش کرنے سے بلڈ پریشر اگر زیادہ ہو تو کم ہو جاتا ہے۔ دل کے زیادہ پمپ کرنے سے خون کی نالیاں کھلتی ہیں اور خون زیادہ آسانی سے ان میں سے گزرنے لگتا ہے۔ اور پورے جسم کی نالیاں کھلنے سے مجموعی طور پر اثر بلڈ پریشر کی کمی کی صورت میں نمودار ہوتا ہے۔ یاد رہے کہ باقاعدگی سے ورزش کرنے والے' ورزش نہ کرنے والوں کی نسبت دل کی بیماریوں کا 30 فیصد تک کم شکار ہوتے ہیں۔ ایک تحقیق کے مطابق ورزش خون کے اندر HDL (مفید کولیسٹرول) کو بڑھاتی ہے اور خون کے اہم جزو پلازمہ (Plasma) کو بڑھاتی ہے جس سے خون پتلی حالت میں رہتا ہے لہٰذا خون کی نالیوں میں خون کے جمنے کی اہلیت کمی کی طرف مائل رہتی ہے۔ اور انسان ایک احتمالی خطرے سے بچا رہتا ہے۔ اگرچہ یہ نتائج جن کا اظہار کیا گیا ہے حتمی نہیں ہیں پھر بھی یہ بات شک و شبے سے بالا ہے کہ ورزش جسم پر اپنا اثر ضرور کرتی ہے۔ ورزش سے جسم کے اندر بھیجی گئی زیادہ غذائی طاقت (کیلوریز) جل کر ختم ہو جاتی ہے۔ چنانچہ ایک غذائی توازن قائم رہتا ہے جو کہ دل کے لئے بھی ضروری ہے۔ چنانچہ ورزش کے ضمن میں ڈاکٹر یہ طبی ہدایت دیتے ہیں کہ ایک ہفتہ میں کم از کم تین بار 20 منٹ سے لے 30 منٹ تک سخت ورزش کرنی چاہئے۔ اگرچہ ایک طبی نقطۂ نظر یہ بھی ہے کہ باقاعدہ کی جانے والی سخت نہ سہی درمیانی ورزش بھی ڈاکٹری نگاہ میں قابل قبول ہے۔

(خلافت لائبریری ربوہ۔ ترجمہ سیل)

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Digitized by Khilafat Library Rabwah

اطلاعات و اعلانات

تقریب شادی

○ مکرم اسد اللہ غالب صاحب مربی سلسلہ ابن مکرم عنایت اللہ صاحب خالد دارالعلوم شرقی ربوہ کا نکاح و ہمراہ عزیزہ نگہت پروین صاحبہ بنت مکرم مرزا محمد اقبال صاحب (مرحوم) دارالیمن شرقی سے -/36000 ہزار روپے حق مہر پر مورخہ 7- نومبر 1999ء بروز اتوار مکرم مبشر احمد صاحب مربی سلسلہ نے پڑھا۔ اسی دن تقریب رخصتانہ عمل میں آئی۔

مورخہ 8- نومبر 1999ء بروز سوموار دعوت ولیمہ کا انعقاد ہوا جس میں مکرم حافظ مظفر احمد صاحب ایڈیشنل ناظر دعوت الی اللہ نے دعا کروائی۔

مکرم اسد اللہ غالب صاحب حدیث میں تخصص کر رہے ہیں۔ احباب جماعت دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ اپنے فضل و کرم سے اس رشتہ کو دونوں خاندانوں کے لئے باعث برکت بنائے۔ آمین

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

نکاح

○ مکرم نصیب احمد صاحب مربی سلسلہ ابن مکرم محمد حنیف بٹ صاحب 219 نعمت آباد فیصل آباد کے نکاح کا اعلان ہمراہ عزیزہ راضیہ بٹ صاحبہ بنت مکرم ضیاء الدین بٹ صاحب ٹاؤن شپ لاہور بیس ہزار روپے حق مہر پر مورخہ 3- دسمبر 1999ء قبل از نماز جمعہ بیت النور ماڈل ٹاؤن لاہور میں مکرم محمد اقبال عابد صاحب مربی سلسلہ نے کیا۔

مکرم نصیب احمد صاحب موازنہ مذاہب میں تخصص کر رہے ہیں اور آج کل جامعہ احمدیہ میں پڑھا رہے ہیں۔ احباب دعا کریں اللہ تعالیٰ اپنے فضل سے اس رشتہ کو ہر لحاظ سے دونوں خاندانوں کے لئے بابرکت اور مثمر بثمرات بنائے (آمین)

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

نصرت جہاں اکیڈمی ربوہ

کی شاندار کامیابی

○ فیصل آباد بورڈ کے زیر اہتمام انٹر سکولز بیڈ منٹن چمپئن شپ 1999ء گورنمنٹ ٹیکنیکل کالج فیصل آباد میں مورخہ 99-11-29 تا 99-12-1 منعقد ہوئی۔ اس چمپئن شپ میں نصرت جہاں اکیڈمی ربوہ کے کھلاڑی عزیزم محمد معظم اور قدیر احمد طاہر نے شاندار کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہوئے فیصل آباد بورڈ میں پہلی پوزیشن حاصل کی۔ اس طرح نصرت جہاں اکیڈمی ربوہ اول ٹرافی کی حقدار قرار پائی۔

اس سے قبل ضلعی ٹورنامنٹ میں بھی اکیڈمی نے اول پوزیشن حاصل کی تھی دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ یہ اعزاز ادارہ اور طلباء کے لئے مبارک کرے اور ہمیں مزید کامیابیوں سے نوازے۔ آمین

(پرنسپل نصرت جہاں انٹر کالج۔ ربوہ)

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

ولادت

○ مکرم رانا محمد سرفراز صاحب چک نمبر 166 مراد تحصیل چشتیاں ضلع بہاولنگر کو اللہ تعالیٰ نے اپنے فضل سے مورخہ 99-9-19 کو پہلی بچی سے نوازا ہے حضرت اقدس خلیفۃ المسیح الرابع ایدہ اللہ تعالیٰ نے ازراہ شفقت بچی کا نام "امتہ الحیٔ" عطا فرمایا ہے۔ نومولودہ مکرم رانا نجم الدین صاحب کی پوتی اور مکرم رانا عبدالرحیم صاحب کی نواسی ہے۔ احباب دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ بچی کو صحت و تندرستی والی طویل عمر عطا کرے اور نیک اور سچی خادمہ دین بنائے۔ آمین۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

سانحہ ارتحال

○ محترمہ حنیفاں بی بی صاحبہ اہلیہ مکرم چوہدری شریف احمد صاحب انسپکٹر بیت المال آمد بعمر 56 سال مورخہ 99-12-5 اچانک حرکت قلب بند ہو جانے کی وجہ سے انتقال فرما گئیں۔

مورخہ 99-12-6 کو بعد نماز ظہر بیت المہدی میں مکرم صوبیدار صلاح الدین صاحب "ر" نے نماز جنازہ پڑھائی قبرستان عام میں تدفین کے بعد مکرم شیخ مبارک احمد صاحب ایڈیشنل ناظر صاحب بیت المال آمد نے دعا کروائی۔

مرحومہ مکرم طاہر احمد صاحب شہزاد نائب زعیم خدام الاحمدیہ دارالعلوم غربی حلقہ خلیل کی والدہ اور مکرم رانا محمود احمد خان صاحب شاہد مربی سلسلہ نظارت اشاعت کی خوشدامن تھیں۔ احباب دعا کریں اللہ تعالیٰ مرحومہ کے درجات بلند فرمائے۔ اور لواحقین کو صبر جمیل عطا فرمائے۔ آمین

○ محترمہ اقبال بیگم صاحبہ زوجہ شیخ گلزار احمد صاحب بعمر 66 سال مورخہ 99-12-6 کو شیخوپورہ میں وفات پا گئیں۔ اگلے دن مورخہ 99-12-7 کو جنازہ دارالضیافت پہنچا۔ صبح 10 بجے احاطہ صدر انجمن احمدیہ محترم صاحبزادہ مرزا مسرور احمد صاحب ناظر اعلیٰ و امیر مقامی نے نماز جنازہ پڑھائی۔ بہشتی مقبرہ میں تدفین کے بعد محترم مولانا سلطان محمود صاحب انور ناظر خدمت درویشاں نے دعا کروائی۔ مرحومہ کی بلندی درجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

عالمی خبریں

عالمی ذرائع ابلاغ سے

روس کے خلاف یورپی یونین کی دھمکی

یورپی یونین نے روس کے خلاف کارروائی کرنے کی دھمکی دے دی ہے برسلز میں یورپی یونین کے اجلاس میں اعلان کیا گیا کہ روس کی طرف سے چیچنیا پر قاتلانہ بمباری کی دھمکی ناقابل قبول ہے اس صورت حال پر ناپسندیدگی کے اظہار کے لئے ماسکو کے ساتھ ہونے والے متعدد تحقیقی و تیکنیکی تعاون کے سمجھوتوں پر دستخط میں تاخیر کر دی جائے گی۔ اس بات کا بھی جائزہ لیں گے کہ بین الاقوامی مالیاتی ادارے صدر یلسن کو چیچنیا کے مسئلے کے سیاسی حل کی طرف راغب کرنے کیلئے کس طرح کام کر سکتے ہیں۔

کیوبا میں دوسرے روز بھی مظاہرے

6 سالہ بچے ایلین کی کیوبا کو واپسی کے لئے کیوبا میں دوسرے روز بھی مظاہروں کا سلسلہ جاری رہا۔ مظاہرین نے کہا ہے کہ ایک کروڑ دس لاکھ کیوبن باشندے ایلین کی واپسی کے لئے خون کا آخری قطرہ تک بہا دیں گے۔ دونوں ملکوں کے تعلقات اور ہنگاموں سے بے نیاز 6 سالہ ایلین نے میامی میں مقیم اپنے رشتہ داروں کے ہمراہ اپنی چھٹی سالگرہ منائی۔

مظاہروں کے لئے انٹرنیٹ کا استعمال

لندن اور امریکہ کے شہر سیاٹل میں مظاہرے کرنے والوں نے رابطے کے لئے انٹرنیٹ کا استعمال کیا۔

واشنگٹن ماسکو تعلقات میں دراڑیں

جاسوسی کے الزامات میں امریکی سفارت کار کی توہین پر واشنگٹن اور ماسکو کے تعلقات میں دراڑیں پڑ گئی ہیں گرفتار امریکی سفارت کار کو ایک اخلاقی مجرم کی طرح ٹیلی ویژن پر پیش کیا گیا۔ روسی افسر نے جاسوسی کے وہ آلات دکھائے جو مبینہ طور پر چیری سے برآمد ہوئے۔ چیری کے ساتھ اس سلوک پر امریکی حکومت نے ماسکو سے اظہار ناراضگی کیا ہے۔ مبصرین کا کہنا ہے کہ روس میں کسی سفارت کار کے ساتھ ایسا ہتک آمیز سلوک پہلے کبھی نہیں کیا گیا۔

لوک سبھا میں دوسرے روز بھی ہنگامہ

بابری مسجد کی شہادت کے معاملہ پر لوک سبھا میں دوسرے روز بھی ہنگامہ ہوا۔ کارروائی بار بار معطل ہوتی رہی۔ اجلاس کا آغاز ہوتے ہی اپوزیشن کے تمام ارکان نے مطالبہ کیا کہ بابری مسجد کی شہادت میں ملوث وفاقی وزراء' ایڈوانی مندھر جوشی اور سیاحت کی وزیر مملکت استعفیٰ دے دیں۔ ڈپٹی سپیکر نے "ملزموں" کا موقف سننے کی درخواست کی لیکن نعرہ بازی اور ہنگامہ آرائی جاری رہی۔ حکمران پارٹی نے اپوزیشن لیڈر سونیا گاندھی کو تقریر کی اجازت نہ دی۔

انڈونیشیا مداخلت نہیں کرے گا

انڈونیشیا کے وزیر دفاع نے کہا ہے کہ مشرقی تیمور میں انسانی حقوق کی خلاف ورزیوں کی تفتیش میں انڈونیشیا مداخلت نہیں کرے گا۔ انہوں نے کہا کہ ہم تفتیش کا کام ایجنسیوں پر چھوڑتے ہیں تاہم کارروائی ٹھوس شواہد پر مشتمل ہونی چاہئے۔ اقوام متحدہ کی ٹیم مشرقی تیمور میں فوج کی طرف سے انسانی حقوق کی خلاف ورزیوں کی تحقیقات کر رہی ہے۔

سوہارتو کے خلاف دوبارہ تفتیش

انڈونیشیا کے سابق صدر سوہارتو کے خلاف دوبارہ تفتیش کا آغاز کر دیا گیا ہے۔ سابق صدر حبیبی نے ان کے خلاف جو تحقیقات کروائی تھیں اس میں انہیں بے گناہ قرار دے دیا گیا تھا۔

بھارتی عدلیہ کا داخلی احتساب

بھارت کی عدلیہ نے اپنا احتساب آپ کرنے کا اعلان کیا ہے۔ سپریم کورٹ اور ہائی کورٹوں کے تمام جج رضاکارانہ طور پر اپنے اثاثوں کا اعلان کریں گے۔ یہ فیصلہ چیف جسٹس آف انڈیا کی زیر صدارت منظور کردہ ایک قرارداد کے ذریعے کیا گیا۔ اس کے علاوہ تمام جج مشترکہ ضابطہ اخلاق بھی اپنائیں گے۔ چیف جسٹس نے کہا کہ عدالتی احتساب ضروری ہے۔

کھربوں ڈالر جنکا کوئی وارث نہیں

دنیا کے ہزاروں بنکوں میں کھربوں ڈالر کا کوئی وارث نہیں۔ برطانیہ کے سرکردہ بنک گمنام رقوم سے سالانہ 10- ارب پاؤنڈ منافع کما رہے ہیں۔ لاوارث کھاتوں کے مالک کون ہیں اس بات کا پتہ لگانا ممکن نہیں۔ گمنام رقوم زیادہ تر پنشن' میچور انشورنس پالیسیوں اور بغیر وصیت کے مرجانے والوں کی ہیں۔ کئی لوگ کمپنیوں سے اپنے شیئر بھی طلب نہیں کرتے۔ امریکہ میں ایسی رقم 300- ارب ڈالر تھی۔ ملک کا ہر چوتھا فرد اس کا حقدار ہے برطانیہ میں 30- ارب پاؤنڈ کا کوئی دعویدار نہیں۔ ایک لاٹری کے 25 کروڑ پاؤنڈ لینے کوئی نہیں آیا۔ برطانوی بنکوں سے اس دولت کے بارے میں پوچھیں تو جواب نہیں دیتے۔ امریکہ اور کینیڈا کے بنک اس بارے میں نرم رویہ رکھتے ہیں۔

الفضل میں اشتہار دے کر اپنی
تجارت کو فروغ دیں

Digitized by Khilafat Library Rabwah

ملکی خبریں

قومی ذرائع ابلاغ سے

ربوہ : 8 دسمبر۔ گذشتہ چوبیس گھنٹوں میں کم سے کم درجہ حرارت 10 درجے سنٹی گریڈ زیادہ سے زیادہ درجہ حرارت 20 درجے سنٹی گریڈ
جمعرات 9۔ دسمبر۔ غروب آفتاب۔ 5-07
جمعہ 10۔ دسمبر۔ طلوع فجر۔ 5-28
جمعہ 10۔ دسمبر۔ طلوع آفتاب۔ 6-55

حملہ کیس میں نواز شریف کی پیشی

سپریم کورٹ پر

حملہ کے کیس میں سابق وزیراعظم نواز شریف کو سپریم کورٹ میں پیش کیا گیا۔ سپریم کورٹ نے مزید سماعت 15 جنوری 2000ء تک ملتوی کر دی۔ فاضل عدالت نے کہا کہ معاملہ اہم ہے اسے مزید التوا میں نہیں ڈالا جائے گا۔ کیس کی سماعت 12 جنوری سے روزانہ ہوگی۔ حملہ کیس کے ملزموں کو 11 جنوری تک اپنا جواب داخل کرنے کی ہدایت کر دی گئی۔ چیف جسٹس نے ہدایت کی کہ نواز شریف کو عدالت کے وقت تک سپریم کورٹ میں رکھا جائے۔ اور وہ صحافیوں سے گفتگو نہ کریں۔ عدالت نے اٹارنی جنرل کو ہدایت کی کہ سابق وزیراعظم کے مقام و مرتبے کا خیال رکھ کر پوری سہولتیں دیں۔ عدالت نے اس بات کا سخت نوٹس لیا کہ نواز شریف کو بکتر بند گاڑی میں کیوں لایا گیا۔ اٹارنی جنرل نے کہا کہ وہ ذاتی طور پر بکتر بند گاڑی کے حق میں نہیں۔ چیف جسٹس نے کہا کہ پھر کیوں مسائل کھڑے کئے جا رہے ہیں۔

غیر انسانی سلوک کیا جا رہا ہے

سابق وزیراعظم

نواز شریف نے کہا کہ مجھ سے غیر انسانی سلوک کیا جا رہا ہے۔ مجھے 12۔ اکتوبر کو درجنوں افراد نے گن پوائنٹ پر گرفتار کیا۔ نام کی اے کلاس دی گئی ہے۔ پنجرہ نما کمرے میں 24 گھنٹے بند رکھا جاتا ہے۔ گرفتاری کے بعد ایک ماہ تک آسمان نہیں دیکھا۔ کسی سے ملنے نہ دیا گیا۔ گفتگو کرنے کی بھی اجازت نہیں تھی۔ مری لے جا کر چھوٹے سٹاف کے کمرے میں قید کر دیا گیا۔ کراچی لے جانے کے لئے رات کو سفر پر مجبور کیا گیا۔ ملیر کینٹ کے گندے کمرے میں رکھا گیا۔ باتھ روم بھی نہایت غلیظ تھے۔ لانڈھی جیل کا کمرہ بھی بہت بری حالت میں ہے۔ سابق وزیراعظم نے یہ باتیں حملہ کیس میں سپریم کورٹ کے روبرو بات کرنے کی اجازت ملنے پر کہیں۔

سابق وزیراعظم نے موقع گنوا دیا

بی بی سی نے کہا ہے

کہ سپریم کورٹ میں پیشی کے موقع پر نواز شریف اپنا رونا روتے رہے ان کو حکومت کی برطرفی کے حقائق بیان کرنے کا موقعہ ملا لیکن انہوں نے موقع گنوا دیا۔ غیر ملکی ذرائع ابلاغ کی بڑی دلچسپی موجود تھی۔

طیارہ کیس میں جج کا تقرر

طیارہ سازش کیس کی سماعت کے لئے

سندھ ہائی کورٹ کے جج مسٹر جسٹس شبیر احمد کا تقرر کر دیا گیا ہے۔ اب وہ اس کیس کی سماعت کریں گے۔

بچوں کے قاتل کا ساتھی پولیس حراست میں

ہلاک

100 بچوں کے قاتل جاوید اقبال کا قریبی ساتھی اسحاق بلا لاہور پولیس کی حراست میں اس وقت ہلاک ہو گیا جب اس نے مبینہ طور پر کھڑکی سے چھلانگ لگا دی۔ اور گرتے ہی مر گیا اس وقت اسے ہتھکڑی لگی ہوئی تھی۔

ڈی آئی جی اور ایس ایس پی کا فوری تبادلہ

گورنر پنجاب نے پولیس حراست میں اہم ترین گواہ کی ہلاکت پر ڈی آئی جی اور ایس ایس پی لاہور کا فوری تبادلہ کر کے انہیں او ایس ڈی لگا دیا ہے۔ ایس پی، سی آئی اے پرویز کو بھی تبدیل کر دیا گیا ہے۔

کیا پولیس والے تماشا دیکھ رہے تھے

پولیس نے اسحاق بلا کی خودکشی کے جو واقعات بتائے ہیں حقائق اس کا ساتھ نہیں دیتے ہتھکڑی لگا ملزم کس طرح کھڑکی کا شیشہ توڑ کر فرش سے دو فٹ اونچی سیڑھی سے کود گیا۔ تفتیش کرنے والے پولیس افسران کیا تماشا دیکھتے رہے۔ گرنے کے بعد مقتول تڑپا نہ چیخ وپکار کی۔

امریکہ نے پاکستان کی حکومت تسلیم کر لی

امریکی محکمہ خارجہ نے کہا ہے کہ ہم پاکستان کی فوجی حکومت کو جائز تسلیم کرتے ہیں۔ پاکستان اور بھارت کشمیر سمیت تمام معاملات مذاکرات سے حل کریں۔ بھارت کا فوجی حکومت کو تسلیم کرنا یا نہ کرنا اس کا اپنا معاملہ ہے۔

مسلم لیگیوں کا اسلام آباد میں مظاہرہ

نواز شریف کی سپریم کورٹ میں پیشی پر مسلم لیگیوں نے شاہراہ دستور پر احتجاجی مظاہرہ کیا پولیس نے لاٹھی چارج کیا اور آنسو گیس استعمال کی۔ پولیس نے متعدد مظاہرین کو گرفتاری کے بعد رہا کر دیا۔

آئی ایم ایف کی شرائط تسلیم نہیں

چیف ایگزیکٹو

جنرل پرویز مشرف نے کہا کہ ہم سابق حکومتوں کی طرح آئی ایم ایف کی ہر جائز و ناجائز شرط تسلیم نہیں کریں گے۔ مسئلہ کشمیر کے حل کے بغیر امن ممکن نہیں۔ بھارت مجھے جنگ باز کے طور پر پیش کر رہا ہے حالانکہ میں امن پسند ہوں۔ اسامہ بن لادن کے مسئلے پر انہوں نے کہا کہ یہ امریکہ اور افغانستان کا مسئلہ ہے۔ بھارت روس اور ایران احمد شاہ مسعود کی حمایت کر رہے ہیں۔ ہمارے پاس اتنے وسائل نہیں کہ طالبان کی مدد کر سکیں۔ ہم ایران سے مل کر امن کی کوشش کریں گے۔ فرقہ واریت ہمارا اندرونی معاملہ ہے۔ اس سے نمٹنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔

دو لڑکے زندہ مل گئے

تصویر دیکھ کر تھانے جانے والے اور بیٹے کے کپڑے شناخت کرنے والے دو لڑکوں کے بارے میں معلوم ہوا ہے کہ وہ مریدکے میں زندہ موجود ہیں۔

* * * * *

اب نئی ورائٹی کے ساتھ
فرحت علی جیولرز اینڈ زری ہاؤس
یادگار روڈ ربوہ 04524-213158
FAX: 0092-4524-213158
پروپرائٹر : غلام سرور طاہر اینڈ سنز (آف شیخوپورہ)

ٹیوٹر کی ضرورت
میٹرک میں زیر تعلیم ایک بچی کو حساب اور انگلش کی ایسی خاتون ٹیوٹر کی ضرورت ہے جو گھر آ کر پڑھا سکے۔ مشاہرہ بالمشافہ طے کریں۔
فون نمبر 211399

خالص سونے کے زیورات کا مرکز
شریف جیولرز
اقصیٰ روڈ ربوہ
فون دکان 212515، رہائش 212300

طب یونانی کا مایہ ناز ادارہ
خورشید
مفید اور مؤثر دوائیں
قائم شدہ 1958
مجربات خصوصی
خورشید ہیر آئل — دماغ کو قوت و تسکین دیتا ہے، بالوں کو گرنے سے روکتا اور دراز کرتا ہے
اکسیر معدہ — قریباً ستر جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ ہاضمے کا بہترین چورن
حب سعال — کھانسی اور گلے کی خراش کیلئے (چوسنے والی گولیاں)
قند شفاء — جوشاندے کا انسٹنٹ پوڈر نزلہ زکام و خراش گلو کیلئے
اکسیر نونہال — بچوں کے معدہ و جگر کی اصلاح کیلئے
سفوف مفرح — قلب و روح کی تقویت کیلئے بہترین دوا
چونڈی — بچوں کے گرمی دستوں اور خصوصاً دانت نکالنے کے وقت بہت مفید ہے
حب مسان — بچوں کے سوکھا پن، لاغری اور دستوں کیلئے مفید
خواتین کیلئے مخصوص دوائیں
تریاق اٹھرا — مرض اٹھرا کا کامیاب علاج
نور نظر — اولاد نرینہ کے لئے مشہور عالم گولیاں
سپاری پاک — سیلان الرحم (لیکوریا) کیلئے
حب امید — معین حمل گولیاں
نور کاجل — آنکھوں کی صحت اور خوبصورتی کے لئے صرف نیلے رنگ والی خوبصورت ڈبی طلب کریں
نور ابٹن — بہترین روائتی ابٹن جو آپ کے حسن کو چار چاند لگائے
نور آملہ — بالوں کی سکری، خشکی دور کر کے چمک پیدا کرتا ہے
شبابی — ہربل بریسٹ روغن
ڈیڑھ صد سے زائد مفید اور مؤثر ادویات جدید تحقیقات کی روشنی میں تیار کی جاتی ہیں جن میں سے مردوں کیلئے
امساکین — سفوف بنولہ — سفوف مقوی — لبوب کبیر
حب المسک عنبری — سفوف تالمکھانہ — اکسیر الرجال — زد جام عشق خاص
خورشید یونانی دواخانہ (رجسٹرڈ)، ربوہ
فون 04524-211538 فیکس 04524-212938
مرض اٹھرا خصوصاً اور دیگر تمام امراض کا بفضلہ تعالیٰ شافی علاج کیا جاتا ہے۔ تفصیل کیلئے کتابچہ طلب کریں

رجسٹرڈ سی پی ایل نمبر 61